वेदों की खुशबू

ओ३म्

वेद सब के लिए

(धर्म मर्यादा फैलाकर लाभ दें संसार को)

VEDIC THOUGHTS

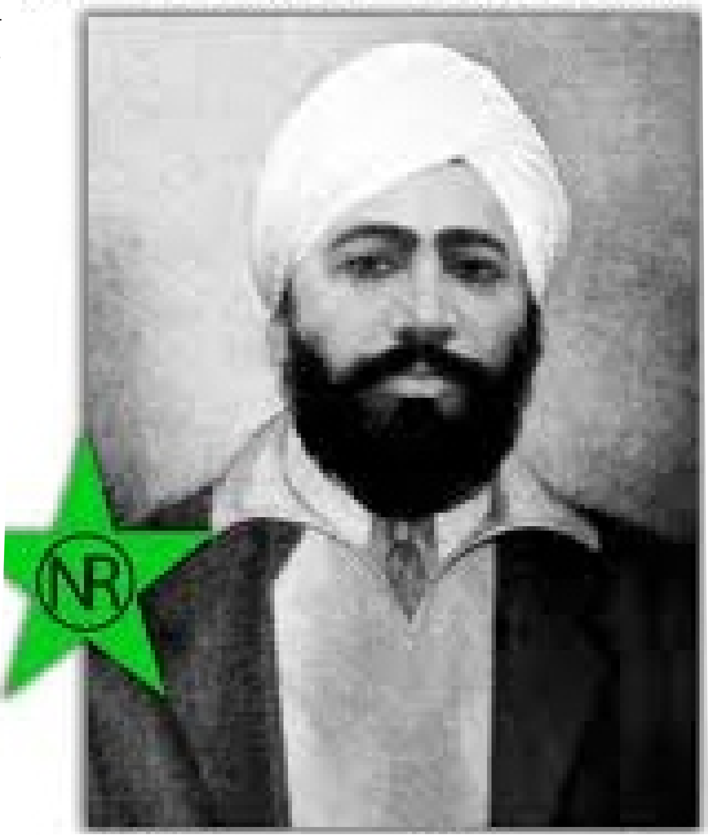
A Perfect Blend of Vedic Values And Modern Thinking

Monthly Magazine	Issue 41	Year 4	Volume 5	February 2016 Chandigarh	Page 24	मासिक पत्रिका Subscription Cost Annual - Rs. 120-see page 4

विचार

मनसः कामकाकूति, वाचः सत्यमशीह

यजु वेद की इस सुक्ति में मानव ईश्वर से प्रार्थना करता है–– मैं एक उत्कृष्ठ मानव बनूं। मेरे अन्दर प्रवल इच्छा शक्ति और संकल्प शक्ति दोनों हों। इच्छा शक्ति इस लिये ताकि मैं जीवन मैं आगे बढ़ने के लिये प्रयत्न करूं। विद्वान कहते हैं इच्छा शक्ति को बलवान बनाने पर ही मनुष्य जो इच्छा करता है पूर्ण होकर रहती है। और संकन्प शक्ति इस लिये ताकि मैं अपने व्रत से डांवाडोल न हो जाउं। विद्वान कहते हैं––जिनमें संकल्प शक्ति नहीं होती, वे नित्य नये–नये संकल्प करते हैं और किसी न किसी बहाने उनको तोड़ते रहते है।



शहीद उधम सिंह के जीवन की कहानी इन दोनो गुणों को ब्यान करती है। उनके जीवन से पता चलता है कि इच्छा शक्ति और दृड़ संकल्प से कैसे मनुष्य किसी असम्भव काम को भी सम्भव कर सकता है। आज से 90 वर्ष पूर्व जब कि अंग्रेज सम्राज्य की तूती सारे विश्व में बोलती थी और इतना विशाल था कि उनके राज्य में झंडा कभी नहीं झुकता, कोई सोच भी नहीं सकता था कि उनके एक जरनल डायर, जिस ने कि जलियांवाले बाग जैसे अमानविय और क्रूर कार्य किया था, उस कि हत्या उन्हीं के देश के संसद भवन में गोली मार कर कर दी जायेगी। यह जलियांवाले बाग में हजारों निहथ्थों की हत्या का बदला लेने वाला और कोई नहीं शहीद उधम सिंह ही था। पजाब से जा कर लंडन में यह अभूतपूर्व

Contact:
Bhartendu Sood, Editor, Publisher & Printer # 231, Sec. 45-A, Chandigarh 160047
Tel. 0172-2662870 (M) 9217970381,
E-mail : bhartsood@yahoo.co.in

साहस का कार्य करने के लिये जिन दो गुणों की आवश्यकता थी वे थे इच्छा शक्ति और संकल्प शक्ति। आज तक जिन महान मनुष्यों ने किसी भी क्षेत्र में नाम कमाया है वे दोनो शक्तियो को अपने आप में पैदा कर ही असाधारण कार्यो को कर सके, और तभी वे उत्कृष्ठ मानव कहलाये। इसलिये जब भी आप किसी बड़े कार्य में लगें हैं तो अपनी इच्छा शक्ति और संकल्प शक्ति को कमजोर न होने दें।

दूसरे भाग में प्रार्थना की गई है कि मेरी वाणी में सत्य हो। वाणी में सत्य तभी आ सकता है यदि मन सत्य बोलने के लिये कटिबध हो। सत्य बोलने के लिये भी साहस और संकल्प दोनो चाहिये। जब हम सत्य बोलने के लिये कटिबध होते है, तो सत्य कर्म में भी आ जाता है। इस प्रकार मनसा, वाचा और कर्म में सत्यमय हो जाउं, सह मेरी अभिलाषा और प्रार्थना है।

चिन्तामुक्त जीने का तरीका

1 बीती जो जा चुकी उस की फिकर मत कर बाकी जो रह गई उस को सुधार ले।।

उपनिषद कहते हैं हिम्मती लोग वही हैं जो वर्तमान में जीते हैं और कायर वे हें जो भविष्य की चिन्ता के कारण हमेशा दुखी रहते हैं। बहुत से लोग जीवन का आनन्द इसलिए नहीं उठा पाते, क्योकिं वे हमेशा भविष्य की चिंता करते रहते हैं। यह उसी तरह है जैसे कि अगर हम अपनी छाया को पकड़ने की कोशिश करते हैं तो आगे बड़ने पर छाया भी आगे बड़ जाती है। इस प्रकार हमारा सम्पूर्ण जीवन व्यर्थ का संघर्ष बन कर रह जाता हैं। वर्तमान का आनन्द हम उठाते नहीं है व भविष्य की चिन्ता से अपने आप को घेरे रखते हैं।

2 जो कार्य आप को सब से मुश्किल लगता है उसे सबसे पहले करें।

3 हर समस्या के कई रास्ते हैं, उस रास्ते कां भूल जाइये जो आप के लिये बन्द है। अक्सर हम उसी रास्ते के बारे में सोचते रहते हैं जो हमारे लिये बन्द होता है। न ही उस रास्ते को अखतियार करें जो आपके मन की शान्ति को भंग कर दे।

4 जब आप क्रोद्धित हो जाते हैं, तो आपका रास्ता और कठिनाई भरा हो जाता है व कार्य को पूरा करने के लिये जो शक्ति चाहिये उसे नष्ट कर बैठते हैं। इसलिये क्रोद्धित होने से बचें।

5 हर हालत में अपना खर्चा, कमाई से कम रखें। यह बिल्कुल सम्भव है।

6 जो हमें मिला है उसके लिये धन्यवादी रहे। शिकायत व अपेक्षा का रूख न अपनायें।

7 सत्य से बढ़कर कोई और चीज मन को शान्ति नहीं देती, झूठ मन की शान्ति को खत्म कर देता है। इसलिए सत्य का ही आचरण करें।

पत्रिका में दिये गये विचारो के लिए लेखक स्वयं जिम्मेवार है। लेखको के टेलीफोन न. दिए गए है न्यायिक मामलो के लिए चण्डीगढ़ के न्यायलय मानय है।

Publisher & Printer Bhartendu Sood **Printed at** Umang Printer, Plot No. 26/3, Ind. Area, Phase-II, Chd. 9815628590
Owner Bhartendu Sood **Place of Publication** # 231, Sector 45-A, Chandigarh 160047
Phone : 0172-2662870 (M) 9217970381 Name of Editor : Bhartendu Sood

आत्मा– पुण्य आत्मा कैसे बन जाती है

भारतेन्दु सूद

वेदों के महान विद्वान महर्षि जैमिनि जब अपने शिष्यों को परमात्मा के स्वरूप के बारे में बता रहे थे, तो परमात्मा के गुणो के बारे में बताते हुये उन्होने परमात्मा को अजन्मा बताया अर्थात जो जन्म नहीं लेता। इस अजन्मा शब्द ने उनके एक शिष्य को असमन्जस में डाल दिया। कुछ देर बाद वह अपने स्थान से उठा व बोला '' गुरूवर! अगर परमात्मा जन्म नही लेता तो हम श्री रामचन्द्र व योगीराज कृष्ण को, जो अलग –अलग युगों में धरती पर आये व जिनकी पत्नियां व सन्तानें भी थी, को भगवान क्यों मानते हैं?''

विद्वान ऋषि अपने शिष्य की सोच से प्रभावित व बहुत प्रसन्न हुये व बोले '' प्रिय शिष्यो! न तो श्री रामचन्द्र व न ही योगीराज कृष्ण भगवान थे और न ही कोई मनुष्य या प्राणी जो जन्म लेकर धरती पर आया है भगवान हो सकता है पर श्री रामचन्द्र व योगीराज कृष्ण जैसी महान आत्माएं उपासना द्वारा भगवान तुल्य बन गई थी।''

विद्वान ऋषि क्रम ज़ारी रखते हुए बोले, '' प्रिय शिष्यों! ईश्वर के सत्य स्वरूप को जानकर उसके विचार, चिन्तन, स्तुति, प्रार्थना व निरन्तर ध्यान आदि में अपना अधिकांश समय व्यतीत करने को भक्ति कहा गया है। और ईश्वर की भक्ति द्वारा अपने को ईश्वर के नज़दीक अनुभव करता ईश्वर उपासना है। जब मनुष्य ईश्वर के गुण– कर्म एवं स्वभाव का चितंन मनन करते हुये ध्यान करता है तब उसके अवगुण खत्म होने लगते हैं, दुखों के स्थान पर उसे परम आन्नद की प्राप्ति होने लगती है व उसका स्वभाव, गुण व व्यक्तित्व ईश्वर की तरह पवित्र व आनन्द देने वाला होने लगता है। उसी प्रकार जिस तरह ठंड से ठिठुरते व्यक्ति को आग के समीप रहने से कुछ देर बाद ठंड के स्थान पर गर्मी का आभास होना शुरू हो जाता है। क्योंकिं ईश्वर शुद्व तथा न्यायकारी है, अतः अशुद्व तथा अन्यायकारी से उसका मेल कहां? लोक में भी जिनके गुण कर्म स्वभाव मिलते हैं, उनकी ही मित्रता होती है। पर ध्यान रहे कि भक्ति यदि विवेकपूर्ण होगी अर्थात ईश्वर के सत्य स्वरूप को जानकर की जायेगी तभी फलदायक होगी और यदि भक्ति विवेकरहित है अर्थात ईश्वर के गलत स्वरूप की है तो वह फलदायक नहीं होगी। जब मनुष्य के गुण कर्म स्वभाव ईश्वर जैसे हो जाते है तो उसे पुण्य आत्मा कहा जाता है।

ऐसी पुण्य आत्माएं समय–समय पर धरती पर आती हैं व उन पुण्य आत्माओं के दर्शन करने पर एक दम अन्दर से आवाज आती है, '' ऐसा लगता है कि परमात्मा स्वयं धरती पर आ गये हैं।'' पर असलियत यह है कि परमात्मा के तुल्य लगने वाली ये वह आत्मायें होती है, जो उपासना द्वारा मुक्ति प्राप्त कर लेती हैं। श्री रामचन्द्र व योगीराज कृष्ण जैसी महान आत्माएं उपासना द्वारा भगवान तुल्य बन गई थी। इसीलिये उन्हें भगवान कहा जाता है पर वह ईश्वर नहीं थे, क्योंकि ईश्वर निराकार और अजन्मा है।

महर्षि बताते हैं कि उपासना करने से परम आन्नद की प्राप्ति होती है व मनुष्य परमात्मा तक पहुचं जाता है व उपासना ही आत्मा को संसारिक बन्धनों व दुखोः से अलग करते मुक्ति की और ले जाती है।

परन्तु उपासना कौन कर सकता है

इसके उतर में महर्षि दयानन्द सरस्वती सत्यार्थ प्रकाश में कहते हैं–––

पहला–– जो मानता है– ईशावास्यमिदं सर्व यत्किंच जगत्यां जगत– अर्थात ईश्वर सब जगह व्याप्त है, हमारे अन्दर भी है।

दूसरा– जिस के मन में किसी के लिये द्वेश नहीं है व केवल प्यार है।

तीसरा––जिसने योग व स्वानुशासन द्वारा मनुष्य के पांच शत्रुओ– काम, क्रोद्ध, लोभ, मोह व अहंकार पर काबू पा लिया है।

चोथा–– जिसकी भगवान पर अटूट आस्था बन गई है।

पांचवॉ– जो परिश्रम में विश्वास करते हुये अपने कार्य में लगा रहता है व जिसे न सफलता उतेजित करती है और न असफलता असहाय ; नियउत्साहितद्ध कर देती है अर्थात जो हर हालत में शांत व सतुंष्ट है।

उपासना के बारे में उपनिषद कहतें हैं '' उपासना द्वारा जो आत्मा को आनन्द मिलता है, उसका बखान नहीं किया जा सकता। उस आन्नद का अनुभव उपासना में लीन आत्मा ही कर सकती है।

पत्रिका के लिये शुल्क

सालाना शुल्क 100 रूपये है, शुल्क कैसे दें

1. आप 9217970381 या 0172–2662870 पर subscribe करने की सूचना दे दें। PIN CODE अवश्य दे
2. **आप चैक या कैश निम्न बैंक मे जमा करवा सकते हैं :–**
   Vedic thoughts, Central bank of India A/C No. 3112975979 **IFC Code - CBIN0280414**
   Bhartendu soood, IDBI Bank - 0272104000055550 **IFC Code - IBKL0000272**
   Bhartendu Sood, Punjab & Sindh Bank - 02421000021195, **IFC Code - PSIB0000242**
3. आप मनीआर्डर या at par का Cheque द्वारा निम्न पते पर भेज सकते है। H. No. 231, Sector 45-A, Chandigarh 160047.
4. दो साल से अधिक का शुल्क या किसी भी तरह का दान व अनुदान न भेजें। शुल्क तभी दें अगर पत्रिका अच्छी लाभप्रद व रूचिकर लगे।

यदि आप बैंक में जमा नहीं करवा सकते तो कृपया at par का चैक भेज दे।

प्रकाश औषधालय

थोक व परचून विक्रेता हमदर्द, डाबर, वैद्यनाथ, गुरूकुल, कांगडी, कामधेनु जल व अन्य आर्युवैदिक व युनानी दवाईयाँ

Wholesaler & Retailer of :
HAMDARD, DABUR, BAIDHYANATH, GURUKUL KANGRI, KAMDHENU JAL
& All kinds of Ayurvedic & Unani Medicines
Booth No. 65, Sec. 20-D, Chandigarh
Tel.: 0172-2708497

Your problems are the elixir of life

Neela Sood

A study has shown that the migrants everywhere outshine the indigenous people. Reason, they come loaded with plethora of problems which makes them toil hard to come out of those and in process they march ahead of the original natives of the place. This phenomenon is visible everywhere whether it is Delhi, Haryana or any other state or other countries.

Not only this, the studies in psychology show that an untroubled mind very soon becomes stagnant. It loses its capacity to face challenges. On the other hand, those who are always confronted with challenging situations remain busy to fight these. It is for this reason that the rankings of top business houses in India have undergone a complete change in the last fifty years. Only Tatas and one of the Birlas have managed to retain their place in the top twenty. Remaining 18 are not only new faces but had a very humble beginning. In a sense, progenies of rich tycoons despite best education and other facilities of life failed to compete with the ones who struggled to create space for them.

It is generally seen that the one who is born in affluence and has a problem-free life, very soon finds his mind dull, while the one who is born into a life of problems and hardship, has an active mind. Such a person develops a fighter mind and his intellectual development continues unhindered.

Here, there is a story about a rich man who had two sons, one from his wife and the other was handed over to him by his widowed sister at the time of her untimely death. He loved his own progeny very much. He sent him to the best boarding school and got him married in a business family of his status. He handed over to him his empire which included factories and lot of real estate.. Within three decades his huge empire started shrinking and he has not much to offer to his next generation except business related problems in the form of litigations. I was told by somebody about his other son also. He was not given a comfortable life by his father and so he left the house to make his destiny. After a few years of struggle, he emerged as a successful businessman and created an empire which was larger than what his father had left to his son.

The human mind needs constant challenges. In the environment of challenge, it continues to grow till it becomes a super-mind. On the other hand, in an environment where there is no challenge, the human mind becomes like a stunted plant and gradually, it shrivels away into a state of underdevelopment.

Peace of mind is not a ready-made item. It is a self-managed item. One should be intelligent enough to develop one's mind along positive lines so that one may deal effectively with unwanted situations. A peaceful mind is only the other name of a positive mind. British author Samuel Smiles said: 'It is not ease, but effort, not facility but difficulty that makes a man.' It is a fact that ease and facility are constant obstacles to intellectual development, while effort and difficulties are like stepping stones to the sharpening of the intellect. Lesson, if you want to give your children a good grooming which may enable them to face the challenges of life then make them the part of your problems. Don't make the mistake of keeping them away from these, as we are seeing in present day middle class families. Let them know how much hard work you and your wife put in to create comforts for them. Involve them in whatever you do. I always remember the story of a young boy who when went for an interview for a job after acquiring his degree from a prestigious institute, was asked who financed his education. When he told that his widowed mother washed clothes to raise him, he was asked whether he ever helped his mother in her job. His negative reply made the interviewer to ask him to do her mother's job for ten days and after that only he could be considered for the job, since he believed that a man who is not a part of his family problems can not face bigger challenged which his job may demand.

सम्पादकिय

अच्छा हुआ भगवान ने हम भारतीयों को गोरा नहीं बनाया

महात्मा गाधीं के जीवन का संघर्ष अफ्रिका में श्वेतों की रंग भेद की निति के विरोद्ध में ही शुरू हुआ था । अगर सीधी भाषा में कहा जाये तो विश्व हमें कालों की श्रेणी में ही रखता है और महात्मा गाांधी के साथ रेल गाड़ी में दुर्व्यवहार था वह उनके काले रंग के कारण ही था, जिसका आहिंसात्मक विरोद्ध मोहनदास को सारे विश्व के सामने महात्मा गांधी के रूप में ले आया। यानी कि विश्व में हमारी पहचान उन में है जो कि रंग भेद की निती का विरोद्ध करते है।

पर मजे की बात यह है कि हम अपने देश में अपने आप को गोरा मानकर जो भी हमें अपने से कुछ काले नजर आते हैं उनके साथ उतना ही अमानविय व्यवहार करते है, या उससे भी कहीं अधिक शर्मनाक जो कि अफ्रिका के गोारों ने गांधी जी के साथ किया था। गोारों ने तो गाधीं को रेलगााड़ी के डिब्बे से फैंका ही था, नग्न नहीं किया था, पर हम तो नग्न भी कर देते है।

अभी बंगलोर में तंजानिया की महिला के साथ बहुत ही शर्मनाक घटना हई पर दुख की बात यह है कि ऐसी घटनायें विदेशी नागरिकों के साथ, जिनका रंग हमारे से कुछ काला है, होती ही रहती है। सच्चाई यह है कि सारे विश्व में हम भारतीयों से अधिक रंग और जन्मअधारित जाती के आधार पर भेद करने वाले कहीं और आप को नहीं मिलेंगे। या यूं कहे कि हमसे असभ्य व्यक्ति दुनियां भर में कम ही है। अगर कोई गोरा है तो भाग कर उस से सम्बन्ध बड़ाने जायेंगे और अगर काला है तो जितना दूर रखना सम्भव है, रखेंगे। आजकल पंजाब की शादियों में एक और रिवाज चल पड़ा है। लड़के वाले बारात में कुछ गोरी महिलाओं को, पैसे देकर, भारतीय पोशाक में लातें हैं, यही नहीं रंग गोारा करने के लिये बनाई क्रीम की बिक्री consumer products में सब से अधिक है। यही नहीं बिक्री इतनी अधिक है कि कम से कम 15 कम्पनियां बना रही है और पुरूषों के लिये अलग से बनाई गई है। यह हमारी सोच के दिवालियेपन को बताता है।

1. अगर कोई मुझ से इस के कारण जानना चाहे तो मैं यही कहूंगा कि हमारे सभ्यता के मापदण्ड ही इस के लिये जिम्मेवार है। हम आरम्भ से ही सभ्यता के नाम पर अपने बच्चों को बहुत ही गलत बातें बतातें है और उन्हें ऐसा ज्ञान नहीं देते जो कि उन्हें दूसरे मानव से प्यार करना और सही मायने में सभ्य बनायें। इसे हमारे देश का दुर्भाग्य कहें कि संस्कृत भाषा के कुछ शब्द, चाहे ठीक या गलत, बोल लेना ही विद्वता का प्रतीक रहा जो कि आज भी है। उन्ही के कारण गलत जाति प्रथा और दूसरी समाजिक बुराईयों ने जन्म लिया, स्त्री का स्थान गिर गया, समाज जन्म आधार जातियों में बट गया, जो कि हमारे देश को सैंकड़ो साल पीछे ले गई । इस शिक्षा ने हमारे देश का महौल कुछ ऐसा बना दिया कि हमारा बच्चा जन्म लेते ही दूसरे मनुष्य से घृणा करना सीखता है। उसे बाकी बातें बताये या न बतायें पर सब से पहले यह सिखाया जाता है कि अमुक बच्चे के साथ नहीं खेलना क्योंकि वह हमारे से नीची जाति का है। तूने उस के साथ मित्रता नहीं करनी क्योंकि वह हमारे status का नहीं। तूने अपनी जाति के बच्चों के साथ ही मित्रता करनी। ऐसे में बच्चा घृणा और भेदभाव ही सीखेगा जो कि कुछ समय बाद भयंकर रूप ले लेती है। शहरों की बात ही ले लिजीये---अक्सर माता पिता कहते हैं कि हम अपने बच्चे को वहीं पढ़ायेंगे जहां अच्छे लोगों के बच्चे पढ़ते हो where crowd is good.

2. हमारे धर्म गुरू और संस्कृति के पुजारी जितनी असभ्यता और भेद भाव फैला रहें है उतनी शायद और कोई नहीं। अक्सर एक बात सभी जगह कहते सुनाई देंगें

——पश्चिमी सभ्यता हमें असभ्य बना रही है। पर कहीं इन धर्म गुरूओं को किसी पश्चिमी देश से बुलावा आ जाये तो सब कुछ छाड़कर वहां भागने की करते है। सच्चाई यह है कि अधिकतर अच्छी बातें जो हमारे समाज में हुई हैं वह पश्चिमी सभ्यता की ही देन है। एक हजार साल की गुलामी, जिसने शिक्षा को खत्म ही कर दिया था, हमें असभ्यता की गहराईयों में ले गई थी। हमें अंग्रेजों का धन्यवादी होना चाहिये जो कि शिक्षा को पुन भारत में लाये। ऐसी शिक्षा जो कि सब कि पहुंच मे है , चाहे नारी है या फिर दलितं। यही नहीं उसने यह बताया कि मानव को मानव समझो।

हम तो विधवा औरत को आग में फैंक देते थे या फिर वह पशु जैसा जीवन काटने पर मजबूर हो जाति थी। महिलाओं और दलितों के लिये तो शिक्षा थी ही नहीं। निम्न जाति वालों के साथ आज भी हमारा व्यवहार अमानविय है। महिलाओं का जीवन घर में पिसने के लिये था। सभ्यता को जाति, पहरावे, भाषा और खानपान से जोड़ा हुआ है जो कि महा मूर्खता है । हमारे धर्म गुरू ऐसी ही शिक्षा देते दिखाई देते है।। गुरूकुल में संस्कृत पढने वाले को सभ्य और अंग्रजी स्कूल में पढ़ने वाले को असभ्य मान लिया जाता है। एक गुरूकुल का उपदेशक कह रहा था कि हमारे गुरूकुल के बच्चे बड़ों के व माता पिता के पांव छूते हैं जब कि अंग्रेजी स्कूलों में पढ़े नहीं छूते और हाय करते है। । सच्चाई यह है कि सारे भारत में वड़ों के पैर छूने की प्रथा है पर यही काफी नहीं। उस पैर छूने का कोई महत्व नहीं रह जाता यदि बड़ों से आप आदर से पेश नहीं आते और उनकी आवश्यकताओं के प्रति संवेदनशील नहीं। उससे तो वही अच्छा है जो पैर तो नहीं छूता पर बड़े बूढ़े व्यक्ति को देखकर स्थान खाली कर देता है उन से प्यार के दो बोल तो बोल लेता है। इसी तरह सभ्यता को हमने पहरावे, भाषा, रिवाजों और खानपान से जोड दिया है पर जो सभ्यता का मूल है, वह है—— मानविय प्रेम, आदर, दूसरे के मानविय अधिकारों के प्रति संवेदनशील होना जो कि हमारे धर्म गुरू नहीं सिखाते, पर जिसकी बहुत आवश्यकता है।

इसका एक और पहलू भी है, आज दो करोड़ के करीब भारतीय मूल के निवासी विदेशों में बसे हुये है और इस में बहुत तेजी से वृद्धि हो रही है क्योंकि जिस रफतार से हमारी जनसंख्या बढ़ रही है, उसके अनुसार लोगों को व्यवसाय देना हमारे लिये मुश्किल हो रहा है।एसे में विदेश से आये लोगों के साथ ऐसा व्यवहार कोंई बुद्धिमता नहीं है। जब हमारे अपने किसी भारतीय के साथ रंग के भेदभाव के कारण विदेश में ऐसा व्यवहार हो तो हम कैसे इसका विरोध कर सकते है?

ऐसे में अच्छा होगा कि हम सभ्यता के अपने मापदण्ड को बदले और इसे पहरावे, भाषा, रिवाजों और खानपान से स्वतन्त्र कर मानविय प्रेम, आदर, दूसरे के मानविय अधिकारों के प्रति संवेदनशील होना जैसे गुणों से जोड़े।

Three good ways to be tension free

1. Control your behaviour. The best you can do is to not lose temper and heart.
2 Look for alternative solutions. Don't keep on thinking about the door which looks to be closed. Always remember there are many other doors which are open. We fail to think about these since we are thinking too much about the door which is closed.
3. Delete the alternative which gives you tension. There are always many ways to tackle the problem.

अगर आपको कुछ कहना है या पत्रिका subscribe करनी है

कृप्या निम्न address पर सर्म्पक करें

भारतेन्दु सूद, 231 सैक्टर– 45-ए चण्डीगढ़.160047

0172.2662870, 9217970381, E mail : bhartsood@yahoo.co.in

SELF -Help

Prof. S.P. Puri

SELF -Help I went to a bookstore and asked the sales woman," Where is the self-help section. She said if she told me, it would defeat the purpose.--George Carlin

The spirit of self help is the root of all genuine growth in the individual.--Samuel Smiles

It is not the mountain we conquer but ourselves.--Edmund Hillary

Be sure, my son, and remember that the best men always make themselves.--Patrick Henry

It is not the people who are born great or have greatness thrust upon them that go afar, rather those with no start who achieve the greatness themselves. To such men every possible goal is accessible and honest ambition has no height that genius or talent may tread, that has not felt the impress of their feet. You may leave a fortune to your son, but you cannot transfer the experience, the discipline and the power which the acquisition has given you. The grit and stamina with which you pursued your ambition, the joy felt only in acquisition, the character which inculcated habit of accuracy, promptness, patience, honesty of dealing and politeness of manner, cannot be transferred since these have to be acquired by one's own struggles. To you it was experience, growth and character; to him it may mean lethargy, indolence, weakness and ignorance. The spur of ambition which kindled the flame in you, won't be there to inspire him. Your bestowment serves as a crutch instead of a staff and deprives him of the incentive for self growth and self elevation. Those who earn by their own sweat know full well the meaning of money.

Michael Faraday, son of a blacksmith, was a poor boy. At the age of thirteen, he apprenticed himself to a bookbinder in London. He acquainted himself with the contents of the books he bound and thereby laid the foundation of his future greatness. He stayed back at night, after others had left, to study the volumes. He rose to be one of the greatest physicists of the world. All learning is self teaching. The progress in learning depends on pupil's own mind. The task of a good teacher is to teach the student how to teach himself. History abounds in innumerable cases where people made their contributions by dint of their dedication and creativity. No one could scale those heights mere by chance. **Ph. 0172-2691442**

Prof Puri is Ex Chairman Department of Physics PU Chandigarh

उदबुध्यसवागने प्रतिजागृहि त्वमिष्टापूर्ते सॅसृजेथामयं च।
अस्मिनत्सधस्थे अध्युतसस्मिन विश्वे देवा यजमानश्च सीदत ।।

हे अग्नि (यहां ईश्वर को अग्नि कह कर सम्भोदित किया गया है) मेरे अन्दर ऐसी ज्वाला प्रज्वलित करें जो कि मेरी सारी बुराईयों को भस्म कर दे और मुझे जो कमजोर हैं, अभाग्य हैं, उन्हें बल प्रदान करने के लिये, उनके लिये त्याग करने की, दूसरों के शोष्ण से बचाने की शक्ति दें।

प्रसन्न रहने के लिये कुछ नुस्खे

सीताराम गुप्ता

यह सच्चाई है कि संसार का हर व्यक्ति प्रसन्न रहना चाहता है। पर बहुत चाह कर भी यह सम्भव नहीं हो पाता। यह भी सत्य है कि हर एक व्यक्ति के हालात, जिन से अपने जीवन की यात्रा में वह गुजरता है, अलग अलग होते है। पर फिर भी निम्नलिखित बातों पर ध्यान देने से हम अपनी मानसिक स्थिती सकारात्मक परिर्वतन लाकर प्रसन्न रह सकते है।

अपनी स्वीकार्यता को बढ़ाएँ : वास्तव में कोई भी स्थिति बहुत अच्छी या बहुत बुरी नहीं होती। हर स्थिति को स्वीकार कर उससे प्रसन्नता पाने का प्रयास करें। हमें अपने मन की conditioning के कारण ही कोई भी स्थिति या वस्तु अच्छी या बुरी लगती है। अपने मन की इस कंडी"ानिंग अथवा बंधन को तोड़कर हर स्थिति को स्वीकार करें। इससे हमारी परेशानी कम होकर प्रसन्नता में वृद्धि होगी। हम प्रायः सरदी में गरमी की, गरमी में बरसात की और बरसात में सूखे की कामना करते हैं जो हमारी प्रसन्नता को कम कर देता है। हर ऋतु का अपना आनंद है। हर ऋतु के मौसम व खानपान का आनंद लीजिए। जीवन में हमारी जितनी अधिक स्वीकार्यता होगी उतना ही अधिक आनंद हम पाएँगे। वैसे भी अप्रिय या विशम परिस्थितियाँ सदैव नहीं रहतीं।

दृष्टिकोण में परिवर्तन करें : प्रसन्न रहने के लिए अपने दृष्टिकोण में परिवर्तन करना अनिवार्य है। सकारात्मक दृष्टिकोण से युक्त व्यक्ति ही वास्तव में प्रसन्न रह सकता है। किसी भी वस्तु या स्थिति से कोई भी व्यक्ति ख़ुश रह सकता है तो मैं और आप क्यों नहीं रह सकते? दृष्टिकोण में सकारात्मक परिवर्तन द्वारा ही यह संभव है। हमें अपनी सीमाओं को स्वीकार करने से नहीं घबराना चाहिए। ये भी ज़रूरी है कि हम अपनी परिस्थितियों को बदलने की भरपूर कोशिश करें लेकिन ये भी तभी संभव है जब हम वर्तमान को स्वीकार कर उससे संतुष्ट रहने का प्रयास करें। वर्तमान परिस्थितियों में हमेशा असंतुश्ट रहने वाला व्यक्ति कभी भी परिस्थितियों को अपने नियंत्रण में लेकर उनमें सुधार नहीं कर सकता। जीवन में दृश्टिकोण में परिवर्तन द्वारा यह आसानी से किया जा सकता है।

प्रकृति के सान्निध्य में अधिक समय व्यतीत करें : जब भी मौक़ा मिले प्रकृति के निकट जाने का प्रयास करें। पर्वतीय स्थानों की यात्राएँ करें। ट्रैकिंग करें। समुद्र तट अथवा नदियों के किनारे घूमें। शहरों में रहते हैं और बाहर जाने का कम अवसर मिलता है तो अपने आसपास के बड़े पार्कों व झीलों की सैर करने जाएँ व झीलों में नौकाविहार करें। फूल–पत्तियों का अवलोकन करें। उनकी बनावट व रंगों को ध्यानपूर्वक देखें। पेड़ों के पास बैठें। बागबानी अथवा किचन गार्डनिंग करना न केवल हमारी रचनात्मकता में वृद्धि करता है अपितु उस रचनात्मकता से प्रसन्नता भी मिलती हे। अँधेरी व चाँदनी रातों में छत पर बैठकर चाँद–तारों का अवलोकन करें। घर में कृत्रिम सजावटी वस्तुओं का ढेर लगाने की बजाय घर को

प्राकृतिक वस्तुओं व ताज़ा फूलों से सजाएँ। लिविंग रूम में फूलों के गमले रखें।

बच्चों के साथ समय व्यतीत करें : बच्चों के साथ समय व्यतीत करना प्रसन्न रहने का अचूक नुस्ख़ा है। हम अपना बचपन वापस नहीं लौटा सकते लेकिन बच्चों के साथ समय गुज़ारने पर उसका आनंद अवश्य ले सकते हैं। बच्चे बड़े सरल हृदय होते हैं। उन्हीं की तरह सरल हृदय बनकर उनसे बात कीजिए। जब हम अपनी कुटिलता या अत्यधिक चतुराई का त्याग करके सीधे–सच्चे बन जाते हैं तो हमें सचमुच प्रसन्नता की अनुभूति होती है। बच्चों के साथ समय बिताना प्रसन्नतादायक होता है। बच्चों से कुछ सुनिए और उन्हें भी सुनाइए। बच्चों के साथ उनके ही खेल खेलिए। उनके साथ कोई प्रतियोगिता कीजिए। आप हारें या जीतें प्रसन्नता

अवश्य मिलेगी। बच्चे प्रायः छोटी–छोटी चीज़ों में ख़ुशी ढूंढ लेते हैं और हर हाल में प्रसन्न रह सकते हैं। यदि वास्तव में प्रसन्नता चाहिए तो उन चीज़ों से अवश्य प्रसन्न होने का प्रयास कीजिए जिनसे बच्चों को प्रसन्नता मिलती है।

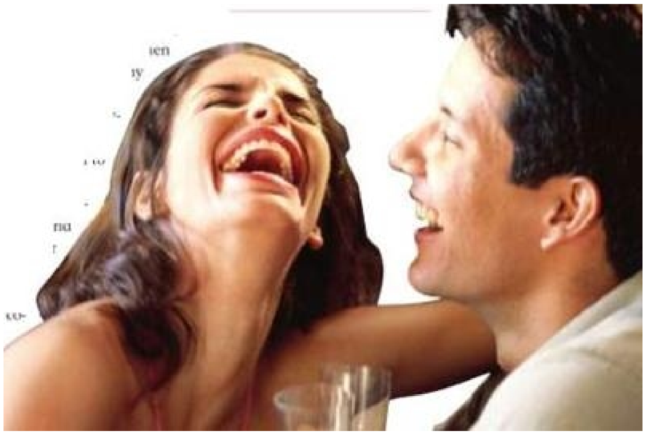
दूसरों की प्रसन्नता का ध्यान रखें : यदि वास्तव में स्वयं प्रसन्न रहना चाहते हैं तो दूसरों की प्रसन्नता का ध्यान रखना भी ज़रूरी है। यदि हमारे आसपास गरमी होगी तो हमें भी गरमी लगेगी और ठंड होने पर ठंड लगेगी। यदि हमारे आसपास के लोग प्रसन्न नहीं होंगे तो प्रसन्नता हमसे भी कोसों दूर रहेगी। यदि हम समृद्ध हैं लेकिन हमारे आसपास के लोग अभावग्रस्त हैं तो हमारी समृद्धि को भी ख़तरा बना रहेगा। यदि हमारे मित्र व संबंधी हमसे अधिक समृद्ध हैं तो कम से कम हमें तो परेशान नहीं करेंगे। इसी तरह यदि हमारे परिवार के सदस्य, मित्र व रिश्तेदार प्रसन्न हैं तो वो हमारी प्रसन्नता में बाधा नहीं बनेंगे। हमें भी चाहिए कि हम उनकी खुशियों के बीच रोड़ा बनने की बजाय उनकी प्रसन्नता में वृद्धि के प्रयास करते रहें। उनकी प्रसन्नता भी हमारे ही हित में होगी।

बड़े–बुजुर्गों की मदद करें व सबसे प्रेम करें : बड़े–बुजुर्गों की सेवा करने से असीम सुख की प्राप्ति होती है। उनके आशीर्वाद से आरोग्य एवं दीघार्यु की प्राप्ति होती है। जो लोग बड़े–बुजुर्गों की मदद करते हैं समाज में उनको सम्मान मिलता है। ये सम्मान भी प्रसन्नताप्रदायक होता है। इसके साथ ही सबसे प्रेमपूर्वक व्यवहार करें। प्रेम जीवन का अनिवार्य तत्त्व है। जब हम निस्स्वार्थ व निश्छल प्रेम करेंगे तो अन्य लोग भी हमें वैसा ही प्रेम देंगे जिससे हमारी प्रसन्नता में वृद्धि ही होगी। हमारा प्रेम संकुचित नहीं होना चाहिए। हम अपने हृदय की गहराई से प्रेम करें। सब भेदभाव भूल कर सबको गले लगाएँ। जो भी मिले उसका अभिवादन करते चलें। किसी अजनबी को देखकर भी चेहरे पर तटस्थता अथवा सख़्ती के भाव न लाएँ। हर हाल में हर समय चेहरे पर मुसकुराहट बनी रहे। आपका ये प्रयास ही आपको प्रसन्नता से सराबोर करने में सक्षम होगा।

शिष्टाचार व नम्रतापूर्ण व्यवहार करें : शिश्टाचार व नम्रतापूर्ण व्यवहार भी व्यक्ति की प्रसन्नता के लिए अनिवार्य है। इससे न केवल घर–परिवार में अपितु कार्य स्थल व समाज में भी अच्छा माहौल बनता है। निरर्थक विवाद उत्पन्न नहीं होते जिससे व्यक्ति गुस्से व तनाव से बचा रहता है। शिष्टाचार व नम्रतापूर्ण व्यवहार से व्यक्ति की मित्रता का दायरा भी विस्तृत होता है जो उसके सामाजिक जीवन के विकास के साथ–साथ व्यावसायिक हितों में भी सहायक होता है। एक शिष्ट व विनम्र व्यक्ति अपने व्यवसाय में भी अपेक्षाकृत अधिक सफलता प्राप्त करता है। जीवन में अच्छे संबंधों के विकास व व्यावसायिक सफलता से कौन प्रसन्न नहीं होगा? जीवन में यथासंभव शिष्टाचार व नम्रता का पालन करें और सफलता के साथ–साथ प्रसन्नता भी सुनिश्चित करें।

जीवन में सहजता व सरलता अपनाएँ : जीवन में सहजता व सरलता का बहुत महत्त्व है। हम जितने सहज व सरल होते हैं उतने ही अधिक प्रसन्न रह सकते हैं। जीवन में असहजता व कृत्रिमता से तनाव उत्पन्न होता है जो हमारी प्रसन्नता का सबसे बड़ा शत्रु है। कई बार किसी कार्य को करने के लिए हम एड़ी–चोटी का ज़ोर लगा देते हैं लेकिन सफलता नहीं मिलती क्योंकि हम प्रकृति के विरुद्ध जाने का प्रयास करते हैं। कहा गया है कि गीदड़ की उतावली से बेर नहीं पकते। कबीर ने ठीक ही कहा है : **धीरे–धीरे रे मना, धीरे सब कुछ होय, माली सींचे सौ घड़ा, रितु आए फल होय।**

दिल खोलकर हँसे : जब भी मौक़ा मिले दिल खोलकर हँसें। गंभीरता व मायूसी रूपी व्याधियों को जड़ से मिटाकर प्रसन्नता प्रदान करने में हँसी से बढ़कर औषधि नहीं। विभिन्न चिंताओं को अलविदा कहने का श्रेश्ट उपाय है हँसी। सब हँसने–हँसाने वाले व्यक्ति के नज़दीक जाना चाहते हैं उससे



मित्रता करना चाहते हैं। हमेशा रोना–धोना करने वालों से सब बचना चाहते हैं अतः सदैव हँसते–मुसकुराते रहें। प्रसन्नता आपसे दूर नहीं रह सकेगी। हँसना न केवल एक अच्छा व्यायाम है अपितु हँसने से अनेक बीमारियों से भी मुक्ति मिलना संभव है। एक स्वस्थ व्यक्ति ही प्रसन्न रह सकता है बीमार व्यक्ति नहीं।

रचनात्मकता व सर्जनात्मकता का विकास करें : रचनात्मकता के अनेक रूप हैं। हर कला में रचनात्मकता होती है। संगीत, नृत्य, पेंटिंग, अभिनय, गायन–वादन, लेखन, स्पोर्टस व हॉबीज़ ये सभी व्यक्ति की सर्जनात्मकता विकसित कर उसे प्रसन्नता प्रदान करने में सक्षम हैं। स्थापित कलाओं में ही नहीं हर कार्य में रचनात्मकता उत्पन्न की जा सकती है

शेष पृष्ठ 13 पर

पुस्तक

(English book of short stories)

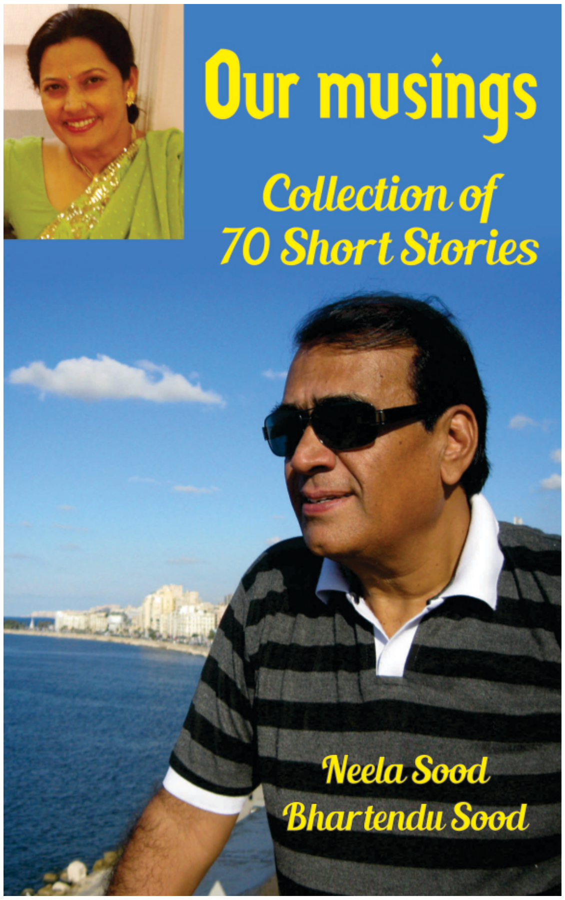
सम्पादक व उनकी पत्नी नीला सूद ने अपनी लिखी व विभिन्न अंग्रेजी समाचार पत्रों में छपी 70 कहानियों का संग्रह एक पुस्तक के रूप में प्रकाशित किया है जिसका नाम है Our musings। इसकी कीमत 150 रूपये है।

जो भी इसे लेने के इच्छुक हों वह मात्र 100 रूप्या भेज कर या हमारे किसी भी बैंक ऐकांउट(Bank Account) में पैसे डाल कर मंगवा सकते है। भेजने का खर्चा हमारा होगा। Account Nos वही हैं जो वैदिक थोटस पत्रिका के लिये है।

मंगवाने से पहले निम्न बातों का कृपया ख्याल रखें पुस्तक अंग्रेजी भाषा में है। Book is in English कहानियां धार्मिक नहीं परन्तु जीवन के विभिन्न पहलुओं से जुड़ी है। Stories are on various aspects of human life.

नीला सूद, भारतेन्दु सूद

0172–2662870, 9217970381



M/S AMMONIA SUPPLY COMPANY

(An ISO 9001-2008 Certified Company)

Joins " VEDIC THOUGHTS" in its noble Pursuit of spreading 'Moral Values

तीन प्रकार से परस्पर प्रेम बढ़ता है

एक दूसरे का सत्कार करने से,
सभा में दूसरों के लिये स्थान रिक्त करने से,
दूसरे को आदरभाव व ठीक नाम से पुकारने सें

स्वास्थ्य विकास

बिमारी से बचना है तो बदपरहेजी से बचें,
परेशानी से बचना है तो बईमानी से बचें,
सन्ताप से बचना है तो पाप से बचें,

क्रोध विवके का नाश करता है,
स्वार्थ से समाज का नाश होता है,
गुटबन्दी से संस्थाओं का नाश होता है

SUPPLIERS OF ANHYDROUS AMMONIA AND LIQUOR AMMONIA

D-4 Industrial Focal Point, Derabassi, District (Mohali) Punjab
Contact:- Rakesh Bhargav, Branch Manager 093161-34239, 01762-652465
Fax 01762-282894. Email- asco.db@ascoindia.com & ascodb@gmail.com

कर्ण जैसे विशाल हृदय वाले जगदीश लाल आहुजा

महाभारत में एक कहानी है, कर्ण, जिन को कि दानवीर के नाम से जाना जाता था, अर्जुन के तीरों से जखमी होकर युद्ध भूमी में घायल अवस्था में पड़े हुये थे। श्री कृष्ण ने साचा कि क्यों न कर्ण की परीक्षा ली जाये और वह उस के पास एक ब्राहमण का वेश धारण कर पहुंच गये और दक्षिणा मांगी। कर्ण के पास उस समय ऐसी कोई चीज नहीं थी जो कि वह दान दक्षिणा में देते, तभी उन्हें याद आया कि उनका एक दांत सोने का है। उसी समय उन्होने जबड़ो पर चोट मारी और वह दांत निकाल कर दे दिया।

हमारे चण्डीगढ़ शहर में भी एक व्यक्ति हैं जिनकी कहानी जानकर ऐसा लगता है कि उन्होने महान दानवीर कर्ण का हृदय पाया है। वह पिछले 15 साल से पी जी आई **PGI** और सैक्टर 32 के अस्पताल के बाहर रोज गरीब रोगियों और जो उनके साथ संरक्षक आते है उनके लिये लंगर लगा रहे है।

उनका नाम श्री जगदीश लाल आहुजा है। उनका यह कृत और भी महिमायोग्य इस लिये है कि उन्होने इस कार्य के लिये अपनी मेहनत से बनाये 7 ऐसे भवन चण्ड़ीगढ़ में बेचे जिनकी कीमत करोड़ो में है। यही नहीं जगदीश लाल आहुजा सर्दियों में जरूरतमन्दो को जूते, सवैटर, शाल और कम्बल भी बांटते है।

81 वर्षिय श्री आहुजा पेशावर में पैदा हुये थे और विभाजन के बाद एक रिफयूजी के रूप में भारत में खाली हाथ आये थे । पहले उन्होने मोमबती बेचने का काम किया और फिर केले बेचने लगे और इस में इस कदर ख्याती प्राप्त की कि केला किंग कहलाये।

जब उन से पूछा गया कि क्या चीज है जिसने उन्हें 15 साल से इस काम में लगाया हुआ है हालाकिं यह सब करते हुये उनकी करोड़ों की जायदाद बिक गई, तो उनका उतर था——————'' जब मेरा काम किसी जरूरतमन्द के चेहरे पर खुशी ला देता है तो इस से मुझे और अधिक करने का प्रोत्साहन मिलता है। ऐसा लगता है ईश्वर को सब का ख्याल है और वह कर्ण जैसे विशाल हृदय वाले मनुष्यों को समय समय पर भेजता रहता है।

इस का एक और पहलू है। तीन तरह के व्यक्ति होते हैं। पहली श्रेणी में वह जो हर हालत में यही सोचते हैं कि हम दूसरों को कुछ दें और दूसरों के काम आयें, चाहे उन के पास इसका सामर्थय है या नहीं जैसे कि श्री जगदीश लाल आहुजा, खास बात यह है कि वह कुछ करने के बाद भी उसका शोर नहीं मचाते। दूसरे वे हैं जो देते नही तो अपेक्षा भी नहीं करते कि दूसरे उन को दें। जितना ईश्वर ने दिया उसी में इज्जत से जीवन काटों पर हाथ न पसारो । कोई बात नहीं अगर अपना मकान नहीं किराये के मकान में ही संतोष से जीवन काट देते है।

जगदीश लाल आहुजा लंगर बांटते हुए

तीसरी श्रेणी में वह आते हैं जिनकी नजरे हर समय दूसरों द्वारा सहायता लेने पर लगी होती है, चाहे ईश्वर ने कितना कुछ भी दिया हो जैसे कि हमारे आर्य समाजों में आने वाले अधिकांश उपदेशक और भजनो पदेशक। अभी हाल मे हुये तीन घटनायें बता रहा हूं । पहली मैं एक समाज में सप्ताहिक सत्संग में था, भजनो पदेशक महोदय ने भजन

सुनाये। फिर अधिकारी वर्ग से अपील करवा दी कि भजनोपदेशक महोदय ने चण्डीगढ़ में 75 गज का पलाट लिया है। हम सभी और आर्य समाज उनके मकान बनाने के लिये सहायता करे। जो भी व्यक्ति चण्डीगढ़ में रहता है उसे मालुम है कि चण्डीगढ़ के आसपास कहीं भी 30 लाख से कम 75 गज का पलाट नहीं मिलता। जो व्यक्ति 30 लाख का पलाट ले सकता है वह किसी भी तरह की सहायता का हकदार नहीं । यहां नब्बे प्रतिशत लोग किराये के मकानों में ही जीवन काट देते है। उनकी तो बात ही न करो जिनके सिर पर छत भी नहीं है। दूसरी घटना एक और आर्य समाज में सत्संग के लिये गया था तो बाहर गुड़गांव से एक उपदेशक महोदय आये थ। उपदेश के बाद बोले कि उनकी पत्नी हृदय रोग से पीड़ित है इस लिये सहायता चाहते है। मेरे पास जेब में पैसे नहीं थे फिर भी मैने किसी से लेकर एक हजार उस को दे दिया। सत्संग के बाद मेरे पास आये और बोले देखिये मैं वैसे आत्मसम्मान वाला व्यकित हूं। मेरा अपना फरीदाबाद में मकान है एके लड़का इजनयरिंग और दूसरा मैडिकल कर रहा है। मैं भी 25 हजार वेतन लेता हूं। कुछ हालात बन गये इस लिये मांग लिया। मैं उनके मांगने की आदत को समझ गया और इतना ही कह कर पीछा छुड़वाया–– भूल जाओ और अपना काम करो। कहने लगा कि आप मुझ से घर में सत्संग करवा लो वरना मुझ पर बोझ रहेगा। मैने कहा बहुत सालों से बाहर से पण्डित बुलाकर सत्संग करवाना बन्द कर दिया है। हां तुम

फरीदाबाद रहते हो, मेरी बेटी गुड़गाव में है यह उसका टैलीफोन न है उस से बात करके उस के घर सत्संग कर देना ।

सत्संग वाले दिन मेरी बेटी ने मेरे रोके जाने के बावजूद उसे 1100 रूप्या दक्षिणा और दे दी। मेरा दामाद उसे मानवता के तौर पर मेटरो स्ट''ान लेने तो गया ही, छोड़ने भी गया। जब छोड़कर विदा लेने लगा तो बोला मेरी फीस 5000 हजार रूप्ये हे। मेरा दामाद तो आर्य समाजी नहीं पर इस सब के बाद, मै उसे आर्य समाज जाने के लिये कैसे कह सकता हूं। कोई हैरानगी की बात नहीं कि हम आर्य समाजियों के बच्चे दूसरे मतों में जा रहे है। तीसरी घटना। जिस पडित ने मेरी बेटी की शादी करवाई थी कुछ दिन पहले मेरे पास आया और बोला–––देखिये जो मेरा पंचकुला में मकान था वह मैने बेच कर चण्डीगढ़ में जमीन ली हैं, मकान बनाने के लिये कुछ सहायता कर दिजीये।मैं हैरान था, क्या है यह ि''ाक्षा जिसे में कि सारी उमर मांगना ही सीखाया जाता है,

इन लोगों को मंच पर बिठा कर उपदेश करवाया जाता है। आप सोचिए क्या है यह इस योग्य? इन से कहीं उंचे जगदीश लाल आहुजा जैसे व्यकित हैं जो मन्त्र वेद आदि नही पढ़े पर आचरण इतना उंचा है।

जिन समाजों में भी गरीब जरूरतमन्द लोगों की अवेहलना कर ऐसे लोगों के पेट भरे जाते ह जिनकों आवश्यकता नहीं पर लोभ है, वह खत्म हो जाते है। यही कारण है आज आर्य समाजों में कोई नया व्यक्ति आता ही नहीं।

पृष्ठ 10 का शेष

यदि हम उसे मनोयोग से करें व उसमें कुछ विशिष्टता उत्पन्न करने का प्रयास करें। किसी भी काम को कुछ बेहतर तरीके से करने अथवा नए ढंग से करने में व्यक्ति को ख़ुशी हासिल होती है इसमें संदेह नहीं। किसी नए कार्य, शिल्प अथवा नई भाषा को सीखना प्रारंभ करें। निश्चित रूप से प्रसन्नता मिलेगी।

समाज को हर प्रकार से सुंदर बनाने का प्रयास करें : थियोसोफ़िकल सोसायटी की स्थापना करने वाली रूसी महिला हेलन पेत्रोव्ना ब्लावात्स्की जहाँ जाती थीं रंग–बिरंगे, ख़ुशबूदार फूलों के बीजों से भरा एक थैला हमेशा उनके साथ होता था। वे जहाँ कहीं से भी गुज़रतीं और खाली ज़मीन पातीं वहीं वे फूलों के कुछ बीज मिट्टी में दबा देतीं। लोग उनसे पूछते कि जब ये बीज उगेंगे तथा पौधे बड़े होकर फूलों से लद जाएँगे तब आप तो यहाँ नहीं होंगी। आप उन फूलों की ख़ुशबू और रंगों का आनंद नहीं ले पाएँगी तो फिर क्यों जगह–जगह फूलों के बीज बोती फिरती हैं?

मेडम ब्लावात्स्की जवाब देतीं, ''यदि मैं इन फूलों को देखकर आनन्दित नहीं हो पाऊँगी तो क्या? आप सब तो इन फूलों को देखकर अवश्य प्रसन्न होंगे। अन्य जो लोग उस समय यहाँ आएँगे वे तो आनन्दित होंगे। फूल तो सब लोगों के लिए खिलेंगे और अपनी सुगंध बिखेरेंगे।' जो लोग दूसरों के जीवन में आनंद भर देने का प्रयास करते हैं प्रसन्नता उनके अपने जीवन से कैसे दूर रह सकती है? व्यक्ति समाज का अभिन्न अंग है। वह जैसे समाज की रचना करेगा उसी में ही उसे रहना भी होगा। हर तरह से समाज को अच्छा बनाने का प्रयास कीजिए। अच्छे समाज में रहेगे तो न केवल उसके लाभ मिलेंगे अपितु प्रसन्नता भी प्राप्त होगी।

ए.डी.–106–सी, पीतमपुरा,, दिल्ली–110034

फोन नं. 09555622323 Email : srgupta54@yahoo.co.in

घर में खुशी व समृद्धि के लिये गृहलक्ष्मी से स्नेह–सम्मान का बहुत महत्व है

आशा गुप्ता

फ़ैज़ अहमद 'फ़ैज़' साहब का एक शेर है :

अपनी तक्मील कर रहा हूँ मैं,
वरना तुझसे तो मुझको प्यार नहीं।

तक्मील का अर्थ है मुकम्मल या पूर्ण होना। जीवन की पूर्णता के लिए प्यार अनिवार्य है। बेशक मजबूरी में ही सही लेकिन मनुष्य के जीवन में रिक्तता व निरर्थकता को पाटने के लिए प्यार ज़रूरी है। ये प्यार ही है जो जीवन को विस्तार देकर उसे मुकम्मल करता है, सार्थक व सरस बनाता है। जीवन को मक़सद देता है। कहाँ मिलता है प्यार? कैसे मिलता है प्यार? यह मात्र पुरुष व स्त्री के रिश्ते तक महदूद नहीं बल्कि हर रिश्ते में प्यार होता है। हर रिश्ता मनुष्य को पूर्णता प्रदान कर उसे स्वस्थ व संतुलित बनाता है। एक भी रिश्ते की डोर कमज़ोर हो तो मनुष्य अपूर्ण है, अधूरा है, असंतुलित है, अस्वस्थ है और इस सबका प्रभाव पड़ता है पूरे परिवार की उन्नति व विकास पर।

पति–पत्नी एक दूसरे को ख़ूब चाहते हैं, प्यार करते हैं, सुखी व संतुष्ट हैं लेकिन उनके जीवन में संतान का अभाव है तो वे अपने को अपूर्ण अनुभव करते हैं। हर बच्चे को देखकर उनका वात्सल्य उमड़ने लगता है। माता–पिता असमय चल बसे तो उनका अभाव जीवन में रिक्तता उत्पन्न कर देता है। दूसरे बुजुर्गों में माता–पिता की छवि तलाशने का प्रयास करते हैं। भाई या बहन नहीं है तो किसी न किसी में उनका अक्स भी खोजते रहते हैं। जब हम दूसरों से कोई रिश्ता जोड़ने का प्रयास करते हैं अथवा किसी बच्चे को गोद ले लेते हैं तो ये क्या प्रदर्शित करता है? यही न कि जीवन में अपूर्णता को दूर करने के लिए रिश्तों की बहुत ज़रूरत है। जितने मजबूत रिश्ते उतना संपूर्ण जीवन। रिश्तों में मजबूती नहीं है, खटपट है, वैमनस्य है तो भी जीवन संपूर्ण नहीं कहा जा सकता। जीवन में संतुश्टि व संपूर्णता के लिए ज़रूरी है हर रिश्ते में प्यार, प्रगाढ़ता व उसका सही निर्वाह करना।

एक माँ अपने बेटे को प्यार करती है। अपने से बढ़कर प्यार करती है। उसके लिए अपना जीवन उत्सर्ग कर सकती है। अपने पुत्र की हर चीज़ उसे प्रिय है। उसकी इच्छाएँ और पसंद उसकी भी पसंद बन जाती हैं। फिर ऐसा क्यों होता है कि उसकी जीवनसंगिनी उसकी पूर्ण पसंद नहीं बन पाती। क्यों कभी–कभी इस रिश्ते में प्रेम का प्रवाह अक्षुण्ण नहीं रह पाता? क्यों विचलन आ जाती है? क्यों वैमनस्य उत्पन्न हो जाता है? जब किसी रिश्ते में प्रेम नहीं होगा तो पीड़ा तो होनी ही है। अपूर्णता तो आनी ही है। यही प्रेमाभाव व अपूर्णता हमारे विषाद व विषादजन्य व्याधियों का कारण बन कर जीवन को दुखमय बना देते हैं। वास्तव में जब हम किसी एक को प्यार करते हैं तो दूसरों को भी प्यार कर सकते हैं। यदि नहीं तो एक से भी हमारा प्यार प्यार कम स्वार्थ अधिक होता है। पुत्र को प्यार करना तो स्वाभाविक है क्योंकि उससे ख़ून का रिश्ता है लेकिन नए रिश्तों को अपनाकर प्यार में बदल देने में हमारे जीवन का उत्कर्श ही नहीं उसमें अद्वितीय आनंद भी है। प्यार का विस्तार जीवन को संपूर्णता प्रदान करने में

सक्षम है।

जिन परिवारों में सास–बहू के रिश्तों में माधुर्य, सम्मान व गरिमा होती है उन परिवारों में रोग–शोक प्रवेश नहीं करते। वहाँ सिर्फ़ प्रेम का साम्राज्य होता है। सब एक दूसरे से प्रेम करते हैं। एक दूसरे की भावनाओं को समझकर उनका ध्यान रखते हैं। सहयोग ही नहीं करते त्याग करने के लिए भी तत्पर रहते हैं। ऐसे परिवारों के बच्चे अपने आप को बहुत सुरक्षित अनुभव करते हैं और उनमें सामाजिकता का पूर्ण विकास भी संभव होता है। वो समाज के अच्छे नागरिक बनते हैं। जिन परिवारों में पुत्रवधुओं का ध्यान नहीं रखा जाता, उनकी उपेक्षा की जाती है, उन्हें उनका उचित स्थान व स्नेह–सम्मान नहीं मिलता, उन्हें प्रताड़ित किया जाता है ऐसे परिवारों में दूसरे रिश्ते भी प्रगाढ़ नहीं हो सकते। वहाँ न माँ ही बेटे से स्नेह रखती है और न बेटा ही माँ से प्यार करता

शेष पृष्ठ 17 पर

Positivity a talisman to success

Ramesh K Dhiman

lShakespeare once said 'There is nothing good or bad, but thinking makes it so". How apt is the axiom in the fast-changing present milieu? In our day to day life, when we get stuck in a tight spot, we tend to grumble over the predicament and even shift the onus of whatever we see on the ground and go to the extent of cursing Him for everything. Those who are positive in their approach take things in a positive manner and fine-tune themselves with time come out victoriously in the race. So let's ring in the New Year ahead with positivity!

Positivity is a talisman that makes us see things from a different prospective. On our random visit to a hospital, we hear patients howling in pain and make others cry too. A cursory look in the vicinity offering a picture in contrast, with the brave hearts fighting a formidable battle with terminal ailments but never hear them cry or cringe, taking them easy with positivity. Not only do they pump in more positive energy in them to fight the losing battle of life and come out winners but also learn themselves to live with the reality of life.

A terse and telling tale on a social media site brings a story in contrast. The moving narrative tells us how a poor man was cursing god for not providing him with a pair of shoes. As he rued and ranted nonchalantly to vent his pent-up ire against Him, he spotted a man with both arms and legs amputated. He looked contended as his glowing face told it all. On being asked if he nursed any grouses against the god, he shot back "How can I be ungrateful to god for giving me a new lease of life by bringing me from the jaws of death?" The crying man was overwhelmed by his unyielding positivity and resolved to take things in his stride.

Day in and day out, we come across people, who do not allow their positive energy sway in the swirl of life. They continue to stay positive and no amount of material pulls and pressures can press them to succumb to. We see doctors counseling smokers and Bacchus-lovers to shun their deadly habits, but their advisories go unheeded, as they refuse to budge. They even choose to overlook the 'alerts' printed on them. Those who succeed in taking on their frailties and foibles with a pinch of positivity are poised to win the battle of life. Those who make positivity a tool, nurse no ill will against anyone as they have the uncanny knack of handling a complex situation, cautiously.

Another Scotland story of then king Bruce and a spider proves the point. Bruce had to flee from his kingdom after he was defeated by the invading army. Dejected as he was, he sought asylum in a cave to keep him away from the prying public eyes. One day, as he sat reclining against a rock, he saw a spider struggling hard to reach the pinnacle but failed every time it attempted, but it didn't give up. It tried again for the 13th time and finally succeeded in its mission. The positive energy and perseverance brought the desired result. Taking a cue from the struggling spider, the king decided to mount an attack on the enemy and succeeded this time around and reclaimed the lost empire.

Yuvraj Singh, Not only fought with a dreadly disease like cancer but regained his place in the national side. The best example of positivity

To sum up, we may say that positivity in our life is a boon in disguise that keeps us above board and enables us to win over the reigning spirit of negativity and lead a contented life shorn off worries. If we have the positive energy and perseverance nothing can stop us from accomplishing our chartered mission. And if we succumb to the spirit of negativity, we stand to lose the game at the end of the day, for sure. The only talisman is the positivity that holds the key to success in life! So let's ring in the year ahead with oodles of positivity!

असहनशीलता Intolerance जिसे असहिष्णुता भी कहते हैं क्या है?

अनुपम खेर

कुछ महीनो से हमारे मीडिया मे असहनशीलता Intolerance एक बहु चर्चित शब्द बन गया हैं । हमारे बुद्धिजीवि कहें जाने वालो ने बढ़ती हुई असहनशीलता के विरोद्ध में राष्ट्रीय सम्मान वापिस कर दिये । सरकार ने भी उनको मनाना आवश्यक न समझा क्योंकि जिस सरकार ने दिये थे वही जाने। हमने दिये होते तब तो हम सोचते। बहुतों के विचार पढ़े, मुझे प्रसिद्ध अभिनेता अनुपम खेर द्वारा लिखा यह लेख बहुत ही सही लगा। यह हमारे बुद्धिजीवि कहें जाने वालो के लिये एक आईना है और यह भी बताता है कि इन बुद्धिजीवियों का चरित्र कितना गिर गया। यह सभी बुद्धिजीवि Selective perception के शिकार हैं यानी कि वही देखना चाहते हैं जो इनकी सोच से मेल खाता है जो उन की सोच से मेल नहीं खाता वहां यह आंखें बन्द कर लेते है। मेरे कुछ पाठक पूछेंगे कि यह Selective perception क्या होती है। मैं दृष्टांत देकर बताउंगा –– 2002 में गोदरा रेलवे स्टेशन पर हिन्दुं श्रद्धालुओं से भरा एक पूरा डिब्बा आग लगा कर जला दिया। 100 के करीब श्रद्धालु मर गये। लालू यादव द्वारा गठित एक जांच आयोग ने बताया कि यह तो ऐक्सपलोजन के कारण दुर्घटना थी। उस आयोग के न्यायधीश ने वही सुना जो वह सुनना चाहता था या जो उसे सुनने के लिये कहा गया था। यही हाल हमारे इन बुद्धिजीवियों का है।

तो पढ़िये यह श्री अनुपम खेर का लेख और हो सके तो अपने मित्रों को भी पढ़ाये मैं कश्मीरी होने के नाते जहां भी जाता हूं अपने कश्मीरी भाईयों की व्यथा बताता हूं जो कि बहुत ही संगीन असहनशीलता Intolerance के शिकार हैं। ऐसी असहनशीलता Intolerance जिसका उदाहरण भारत देश की स्वतन्त्रता के बाद के 68 वर्षो मे नहीं है। 19 जनवरी 1990 को रातों रात 300000 तीन लाख कश्मीरी पण्डितों को अपने घर बार को छोड़कर भागना पड़ा। वह घर बार जिस पर कि उनके बजुर्ग हजारों सालों से रह रहे थे।

इस जघन्य काण्ड में पाकिस्तान के ही नहीं स्थानिय दूसरे सार्म्पदाय के हजारों आदमी शामिल थे, जिन्होने लूट, बलात्कार सब कुछ किया। हैरानगी की बात यह है कि इन हजारों अपराधियों में आज तक एक भी अपराघी नहीं पकड़ा गया है। 19 जनवरी, जब यह घटना हुई उस से बहुत समय पहले से ही यह बात वहां घोषित कर दी गई थी कि या तो पण्डित लोग मुसलमान बन जायें या फिर अपना घर बार छोड़ कर यहां से भाग जायें। हां औरतो के प्रति उन में दया का भाव था, और वह दया का भाव क्या था कि वे अपनी औरतों, बहुओं और लड़कियों को उनके पास ही छोड़ सकते है। आगे इस का अर्थ आपको बताने की आवश्यकता नहीं।

रातों रात अपनी बहु बेटियों की इज्ज्त बचाने के लिये पण्डितों को अपना घर बार छोड़ना पड़ा। इसे मिडिया और हमारे धर्मनिर्पेक्ष लोग migration कहते हैं पर यह स्वतन्त्र भारत में होने वाला पहला और एक मात्र Genocide दूसरे धर्म के लोगों का नाम निशान मिटा देने वाला कृत्य था

|सब से खास बात यह थी कि हमारे राजनेताओं ने, अफसरों ने और इन बुद्धिजिवियों ने इतने बड़े जुल्म को आम जनता के सामने नहीं आने दिया। गुजरात में 1000 मुलमान मर गये तो हररोज इस बात कि दुहाई दी जाती है कि मुख्य आरोपी अभी तक बाहर है। और काश्मीर में जहां हजारों को लूटा बलात्कार किये और 300000 हिन्दुओं को रातों रात घर छोड़ने पर मजबूर किया, उन के आरोपियों को ढूंढने का कोई नाम ही नही लेता। प्रश्न है उस असहनशीलता Intolerance के विरोघ में हमारे बुद्धिजीवियों ने अपने सम्मान वापिस क्यों नहीं कियें।

मैं अभी जम्मू में जगती कैम्प में गया जहां काश्मीर से आये 7000 हिन्दु पण्डित रहते है। उन्हं एक कमरे के अस्थाई घरों में रहने पर मजबूर किया गया है जब कि वे सभी एक समय आलीशान मकानों में रहते थे और उनके भी मुसलमान काश्मीरियों की तरह ही बगीचे थें। ये सभी श्र्णार्थी पढ़े लिखे स्नातक है, पर आज कुछ के पास ही नौकरी है। मैं उन्हें कुछ संदेश देना चाहता था पर उन्हें क्या संदेश दूं जो अपने ही वतन में रिफयूजी है। क्या संदेश दू उन को जिन्हें अपने ही लोगों ने 25 साल तक नहीं सुना। वे ऐसी असहनशीलता Intolerance का शिकार है, जिसका उदाहरण भारत देश की स्वतन्त्रता के बाद के 68 वर्षो मे नहीं है। पर यदि किसी मुसलमान के साथ अन्याय हो जाता है तो कहा जाता है कि वे हिन्दुओं कि असहनशीलता Intolerance के शिकार हो रहें है। और हमारे बुद्धिजीवि कहें जाने वालों ने असहनशीलता के विरोद्ध में राष्ट्रीय सम्मान बापिस कर दिये। इसे आप यह Selective perception नहीं कहेंगे तो क्या कहेंगें।

इस सारी सम्सया का एक ही हल है और वह है घारा 370 को खत्म किया जाये ताकी जम्मू काश्मीर से बाहर के लोग भी यहां जायदाद खरीद सके। आज जब काश्मरी में ही देशद्रोहियों की कमी नही ंतो यह विशेष कदम उठाना बहुत आवश्यक है। जब तक काश्मीर सभी भारतीयों के लिये नहीं, काश्मीर भारत का हिस्सा नहीं बन सकता। दूसरा उन सभी को जो काश्मीर से भागकर दूसरी जगह बसने पर मजबूर हुये हैं। उन्हें उन की जमीन, जायदाद, घर वापिस करवाने की जिम्मेवारी सरकार ले।

पृष्ठ 14 का शेष

है। बेशक वो प्यार का कितना ही दिखावा क्यों न कर लें वास्तव में प्यार नहीं हो सकता। उन घरों में कभी वास्तविक समृद्धि नहीं आ सकती। यदि धन–दौलत आ भी जाए तो वो भी प्रसन्नता व आनंद प्रदान नहीं कर सकती।

प्रसन्नता व आनंद तो प्यार व रिश्तों की गरिमा बनाए रखने जैसे श्रेष्ठ मनोभावों द्वारा ही संभव है। समृद्धि के लिए घर में लक्ष्मी का वास अनिवार्य है पर उस से भी आवश्यक है कि गृहलक्ष्मी को मान–सम्मान व स्नेह दें। घर की बहू भी गृहलक्ष्मी है और सास भी गृहलक्ष्मी है। गृहलक्ष्मी ही वास्तविक लक्ष्मी होती है। उसी से घर की समृद्धि है। उसी से संतति की वृद्धि व परिवार का विस्तार संभव है। उसी से घर में नन्हे–मुन्नों की किलकारियाँ संभव हैं। और इसी से माता–पिता व दादा–दादी की प्रसन्नता, सक्रियता व अच्छा स्वास्थ्य संभव है। इसी में निहित है परिवार के प्रत्येक सदस्य का विकास एवं भरपूर आर्थिक समृद्धि। आपके पास धन–दौलत की कमी नहीं लेकिन जीवन में संतुश्टि नहीं, मन में उल्लास नहीं, कुछ करने की इच्छा नहीं बस एक खालीपन सा सर्वत्र दिखलाई देता है तो विचार कीजिए कि ये सब कहीं गृहलक्ष्मी अथवा बड़े–बुजुर्गों की उपेक्षा का परिणाम तो नहीं? आदमी में कमियाँ होना स्वाभाविक है। संबंधों को प्रेमपूर्ण व गरिमापूर्ण बनाकर इन सब कमियों को दूर करना व परिवार को रहने लायक बनाना असंभव या कठिन नहीं।

Why need God and scriptures

Man always desires happiness and wishes to avoid sorrow. This is inherent in human nature. Nobody would like to face difficulties, hardships and misfortunes. It is everybody's dream to always have a smooth, hassle-free existence and avoid the undesirable as far as possible. But men are ignorant of the means to achieve the desirable and avoid the undesirable. It is the knowledge of the means alone that can help men to accomplish this task. It is the gradual removal of this ignorance by giving reasons for the evolution, dissolution of the universe, the unity of the individual self with the universal self, etc is the aim of the scriptures, he says.

Tiny gestures, mighty heart

D K Havanoor

Sometimes there are small gestures which touch the heart. A mere touch by the doctor or a seer can be healing. These acts have an indelible impression on the minds of people.

Once, when Alexander the Great was advancing through the deserts, his entire army was parched but could not find any source of water. When they halted for a while to rest, one of his soldiers managed to get a helmetful of water for Alexander to quench his thirst. The king thanked the soldier, but did not drink the water.

Instead, he stood on top of a high sand dune and announced to his army that while a soldier had kindly brought water for him, he would not touch a drop of it and would remain thirsty with his army till everyone found some source of water. And then, he poured the water down on the sands. This valiant sacrifice made him a revered and adored general of his army and an example for all military leaders in the future.

Former prime minister Indira Gandhi had a unique way of winning the hearts of her visitors. When her friends visited her office, the waiter would keep the tray with refreshments on a teapoy away from the visitor (albeit stage managed?).

Gandhi would then get up from her seat, pick up the tea and place it in front of the visitor. When the visitor would plead, “No, it's OK. I will pick it up,” Gandhi would say, “ No. It's OK. It gives me some exercise.”

There is an infantry battalion on duty at Rashtrapati Bhavan always. A Dogra Battalion was deployed for a tenure when Giani Zail Singh was in the office. Once, when the President did not have his usual commitments, the Office Commanding requested him if the jawans deployed and their families could get photographed with the President, to which he readily agreed.

As the photography session was in progress, the President noticed a look of disappointment on the face of a jawan who was on duty near Zail Singh's living room. The President asked the jawan “Don't you feel like getting photographed with your family along with me?” The jawan replied, “Kya karun? Mera duty hai! ” "(What do I do? I am on duty!)

The kind Giani Zail Singh said, “Tumhara rifle mujhe dedo! Aur jaao tayyar hoke tumhare family ke saat aake photo utarwalo! Tab tak tumhare jagah peh main duty karunga rifle ke saath!” (Give your rifle to me. Go get ready and bring your family along to get photographed.

Till then, I will do your duty with the rifle.) The President stood on duty with rifle till the jawan returned. This gesture by the President of India –the Supreme Commander of the Armed Forces – floored everyone made then adore Zail Singh even more.

In recent times, when the US President Barack Obama visited India, Prime Minister Narendra Modi prepared tea for him with his own hands.

This gesture touched the heart of the US President and his accompanying entourage. Such acts and gestures go a long way to elevate the morale of troops and people, and undoubtedly become a part of lore.

Invoking our goodness is empathy

It looks we need big natural calamities to awaken our inner goodness, small incidents in day to day life fail to generate empathy in us.to incidents fail to invoke our Do we need a natural disaster like the Chennai floods to awaken the inner good in us?

We are waiting in our car at a traffic signal when we notice a couple of women crossing the road in front of us. An older woman walks slowly assisted by a young girl in jeans. The traffic light changes to green and the two women look at our car with some trepidation. My husband in the driver's seat nods at the two ladies who continue walking. They give us a grateful smile and take a few steps forward.

Out of the blue, an auto driver from our right side nearly knocks the older woman down as he races ahead. If not for her companion's quick reflexes the woman would have been seriously injured. She grimaces and hobbles her way to the footpath.

“Appa, you need to start the car!” my daughter calls out from the back seat. She notices how perturbed my husband looks and is bothered by the incessant honking behind us.

There's complete silence in the car as my husband drives home. “Can we stop at the post office on our way?” my daughter asks hesitantly. Of late she had got into the habit of writing letters to relatives and friends and visiting the post office had become a regular feature. My husband gives her an indulgent smile and agrees.

When we reach the post office, we notice a long queue in front of the counter. My daughter gets in line while we watch from the sidelines. A few minutes later, I notice that any semblance of a queue disappears as people wheedle their way ahead trying to cut in. The defiant ones do not make eye contact as they ride roughshod over the others.

My daughter's woebegone face cuts my husband to the quick. I am paralysed with fear that he will lose his temper and furtively look around the room hoping not to see any familiar faces.

Luckily he talks to the others calmly and ensures the formation of a clear line. There are a lot of sheepish faces around when we leave the post office later. “All those years of student politicking during my college days is paying off!” my husband remarks with a flounce in his step.

As we approach our apartment complex, we see some of the residents arguing in raised voices. “My mother was walking near the play area

ईमानदारी होशियारी से कहीं अधिक सराहनिय है

उर्वशी गोयल

एक बहुत सफल उद्योगपति जब वृद्ध हो गया तो उसने अपना उतराधिकारी नियुक्त करने का निर्णय लिया। उसकी संस्था में सात निर्देशक थे, सब ने सोचा कि उनमें से एक को वह अपना अपना उतराधिकारी नियुक्त कर देगा। पर सब हैरान रह गये जब उसने घोषणा कि उसकी संस्था का कोई भी कर्मचारी इस हौड़ में शामिल हो सकता है।

निश्चित दिन उसने सब को एक–एक बीज दिया और कहा कि अपने घर ले जा कर इसे गमले में बीज दो। एक साल बाद जिस का पौधा सब से अधिक खिला हुआ होगा उसे मैं अपना उतराधिकारी नियुकत करूगा।

सब बीज अपने –अपने घर ले गये। उनमें एक कर्मचारी का नाम रामसेवक था। उसने बीज को बोने के बाद खाद आदि डाली और रोज पानी देता था। एक साल बाद सब कर्मचारी अपने अपने गमले लेकर मालिक के सामने आ गये। जब की सब के गमलों में एक से बढ़ कर एक सुन्दर फूल दिख रहे थे, रामसेवक के गमले में कुछ भी नहीं था। सब कर्मचारी बारी बारी से अपने अपने गमले लेकर मालिक के सामने जा रहे थें। जब रामसेवक की बारी आई तो वह मालिक के सामने जाने से संकोच कर रहा था। आखिर में वह साहस कर मालिक के पास गया और बोला –– श्रीमान मैने अपनी तरफ से पूरी कोशिश की, अच्छी से अ़च्छी खाद दी रोज पानी घूप देता था पर इतना करने के बाद भी यह बीज अंकुरित नहीं हुआ।

मालिक ने रामसेवक को अपने पास बिठा कर घोशणा की कि रामसेवक ही मेरा उतराधिकारी होगा कारण वह ईमानदार, सत्यप्रिय और परिश्रमी और विनम्र है। आगे सब कर्मचारियों को संबोधित करते हुये उसने कहा –– जो मैने आपको बीज दिये थे वे सभी बीज उबाले हुये, मृतक व न अंकुरित होने वाले थे। आप सब ने मुझे प्रभावित करने के लिये उस बीज की जगह बाजार से नया बीज ले आये। केवल रामसेवक ने ही ऐसा न किया इसी लिये उसकी ईमानदारी, सत्यप्रियता, निर्भयता और विनम्रता को देखकर उसे चुना है।

जैसे मैने आपकी परीक्षा ली, ईश्वर पल पल हम सब की परीक्षा लेता रहता है। सुख उन्ही को प्राप्त होता है जो ईमानदारी और सत्य के मार्ग पर चलते हुये विनम्रता और परिश्रम को तलांजली नहीं देते । भय से विमुक्त भी वही होते हैं जो ईमानदारी और सत्य के मार्ग पर चलते है।

Remaining from page19

when the cricket ball hit her on the head. These boys have no regard for people who are walking in the complex."

The agitated speaker is ready to burst a blood vessel when another man shouts at him. "My son can play with his friends wherever he wants to. This is common property!" The tenor of the vocabulary degenerates steadily and I slink away, dragging my husband forcefully. My dcghter is stumped by the commotion.

I am drained on all counts by the time I reach home with my family. Letting people cross the road or waiting patiently for our turn in a queue or playing in a safe zone is about being empathetic towards others. Do we really need a natural disaster like the Chennai floods to awaken the inner good in us?

वैराग्य

डा. महेश पोरवाल

आप संसार में रहते हुये भी वैराग्य की वृति उत्पन्न कर सकते हैं। संसारिक कर्तव्यों से मुख मोड़, घर बार छोड़, जंगलों में चले जाना या फिर कोई आश्रम बना लेना वैराग्य नहीं है। महर्षि पतंजलि कहते है अपनी आंखों द्वारा जो देखा है, कानो से जो सुना है, नासिका से जो सूंघा है आदि – आदि उनमें सदा अभिरूचि, तृश्णा न करना, इतना ही नहीं जिन जिन रूपों को नहीं देखा, रसों को नहीं चखा, शव्दों को नहीं सुना आदि आदि उनमें भी तुष्णा अभिरूचि न रखना वैराग्य कहलाता है। मदारी जैसे बन्दर को बांधे रखता है वैसे ही मन को बांधे रखना वैराग्य कहलाता है। या यूं कहिये कीचड़में रहकर भी कमल के फूल की तरह अपने आप को कीचड़ के प्रभाव से अलग रखना वैराग्य है। मन को नियंत्रण में सखने के लिये वैराग्य की भूमिका के बारे में श्री कृष्ण अर्जुन को कहते है–––हे अर्जुन अशांत और अस्थिर मन को अभ्यास और वैराग्य द्वारा नियन्त्रण में लाया जा सकता है।

उपनिषद कहते हैं कि जो भी हमें इस संसार में रहते हुये मिल रहा है उसका आनन्द उठायें पर उस के साथ बन्ध न जाये। अर्थात सही मायने में वैराग्य संसारिक सुख से भागना नहीं है पर उस संसारिक सुख के पराधीन न होना है। इस संसार में रहते हुये ,घर में रहते हुये वैराग्य की वृति रखना घर और संसार से दूर भाग कर वैराग्य के ढोंग से कहीं उत्तम है। जब आप संसार में रहते हुये वैराग्य की वृति अपने आप में उत्पन्न कर लेते है, तो यह इस बात का सबूत है कि आप ने अपनी आत्मा को काम, कोद्ध, लोभ, मोह, अंहकार जैसे शत्रुओं पर विजय पा कर इतना उन्नत कर लिया है कि आप को वहां से भागने की आवश्यकता ही नहीं। भागने की आवश्यकता उस को है जिसे यह बुराईयां काम,कोद्ध, लोभ, मोह, अंहकार अपने बस में कर रही हैं और उस में इतनी आत्मिक शक्ति नहीं कि वह उनके आक्रमण का सामना कर सके। यही है कीचड़में रहकर भी कमल के फूल की तरह अपने आप को कीचड़ के प्रभाव से अलग रखना और यही सही मायने में वैराग्य है। इस का एक उदाहरण पेश है––ऋषिवर दयानन्द को पतित करने के लिये उनके विरोधियों एक षडयन्त्र रच कर एक वैश्या को उनकी तपस्या भंग करने के लिये भेजते है। जब स्वामी जी की आंख खुली तो दिल की गहराईयों से शब्द निकलता है '' मां''। हे मां आपने यहां आने का कष्ट क्यों किया? यही सही मायने में वैराग्य है। यानी की मन की वृत्तियों को इस कदर अपने वश में ले आना कि उनका प्रभाव ही आप पर खत्म हो जाये। ऐसी स्थिती ही सही वैराग्य है।

सच्चा वैरागी माया के भ्रमजाल से बहुत दूर होता हैं। वह प्यार करता है पर मोह नहीं असके लिये प्यार का अर्थ होता है––दयालुता, निस्वार्थ सेवा, क्षमा करने की शक्ति और उदारता। जितना कोई व्यक्ति वैरागी होगा उतना ही उसका मन प्यार से भरा होगा । हो वह अपने प्यार को बाहरी क्रियाओं क्षरा प्रद्रशित नहीं करता और न ही इसकी वह आवश्यकता महसूस करता है।

वैराग्य के लिये विवेक का होना बहुत आवश्यक है। वह विवेक जो कि सत्य और असत्य, स्थिर और अस्थिर में फर्क समझ सके। उदाहरण के लिये वैरागी इस बात को समझ चुका होता है कि संसार कि हर वस्तु का स्वामी ईश्वर है और सेसार की सब वस्तुएं ईश्वर ने उसके प्रयोग के लिये दी है, वह उस का स्वामी नहीं है। उसका अपना अस्तित्व भी अस्थिर है, वह इस संसार में सदैव रहने वाला नहीं, और जब वह इस संसार से जायेगा तो कुछ भी उसके साथ जाने वाला नहीं। अगर उसमें यह भावना है तो वह वैराग्य को प्राप्त कर सकता है। और घर में रहता हुआ भी वैरागी है।

ऐसे वैराग्य की और कैसे जाया जा सकता है? पहली सीढ़ी है कि मन को वासनात्मक वृतियों से दूर रखा जाये। दूसरी सीढ़ी है –– मन को उन चीजों से दूर रखना जो कि आपको अकर्षित करती है और मोह का कारण बनती है, अगली सीढ़ी है जब कि न तो रूची है और न ही अभिरूची, न तो राग और न ही द्वेष। जब ऐसी स्थिती बन जाये तो समझिये आप वैरागी हो गये है। यह सत्य है कि वैराग्य के बिना अध्यात्मिक उन्नति सम्भव नहीं। वैराग्य ही मोक्ष का द्वार है। इसलिये वैराग्य के ठीक अर्थ को समझ कर वैराग्य के लिये प्रयत्न करना हि असली योगा है।

मन में प्रत्याहार की अवस्था बन जाती है। यह संसार परिवर्तनशील है, इसके सब सम्वन्ध भी परिवर्तनशील है, न जाने हम कितनी बार किसी के पुत्र बने पिता बने। न इस जन्म से पूर्व इस रूप में थे न इस जन्म के बाद इस रूप में होंगे। यह सब सम्बन्ध अस्थाई है। इसी तरह इस संसार का सब दुख सुख भी क्षण भंगुर है। सच्चा स्थाई सुख तो प्रभु से सम्बन्ध जोड़ने से हैं।

रजि. नं. : 4262/12

।। ओ३म्।।

फोन : 94170-44481, 95010-84671

महर्षि दयानन्द बाल आश्रम

मुख्य कार्यालय -1781, फेज़ 3बी-2, सैक्टर-60, मोहाली, चंडीगढ़ - 160059
शाखा कार्यालय - 681, सैक्टर-4, नज़दीक गुरुद्वारा, मुंडीखरड़-मोहाली
आर्य समाज मंदिर, चंडीगढ़ व पंचकुला
E-mail : dayanandashram@yahoo.com, Website : www.dayanandbalashram.org

Mr. Avnish Chauhan and family with bal ashram children

धार्मिक माता/पिता 2100 प्रति माह
धार्मिक सखा 500 प्रति माह
धार्मिक बहन/भाई 1500 प्रति माह
धार्मिक सहयोगी 100 प्रति माह
धार्मिक बन्धु 1000 प्रति माह
धार्मिक साथी 50 प्रति माह

आप आर्थिक सहयोग देकर भी पुण्य के भागी बन सकते है :-

A/c No. : 32434144307
Bank : SBI
IFSC Code : SBIN0001828

मधुकर कौड़ा   लेखराम (+91 7589219746)

स्वर्गीय
श्रीमती शारदा देवी
सूद

निमार्ण के 63 वर्ष

गैस ऐसीडिटी
शिमला का मशहूर
कामधेनु जल

(एक अनोखी आर्युवैदिक दवाई मुख्य स्थान जहां उपलब्ध है)

स्वर्गीय
डॉ0 भूपेन्दर नाथ गुप्त
सूद

Chandigarh-2691964, 5076448, 2615360, 2700987, 2708497, Manimajra-2739682, Panchkula 2580109, 2579090, 2571016, Mohali-2273123, 2212409, 2232276, Zirakpur-295108, Shimla- 2655644, Delhi-23344469, 27325636, 47041705, 27381489,Yamunanagar-232063, Dehradoon-2712022, Bhopal-2550773, 9425302317, Jaipur-2318554, Raipur-9425507000, Lucknow-2683019, Ranchi-09431941764, Guwhati-09864785009, 2634006, Meerut- 8923638010, Bikaner-2521148, Batala-240903, Gwaliyar-2332483, Surat-2490151, Jammu-2542205m, Gajiabad-2834062, Noida-2527981, Nagpur-9422108322, Ludhiana-2741889, 9915312526, Amritsar-2558543, Jallandhar-2227877, Ambala Cantt-4002178, Panipat-4006838, Agra-0941239552, Patiala-2360925, Bhatinda-2255790

Medicine is available in other places also, Please contact us to know the name of the shop/dealer.

शारदा फारमासियुटिकलज मकान 231ए सैक्टर 45–ए चण्डीगढ़ 160047

0172-2662870, 92179 70381, E-mail : bhartsood@yahoo.co.in

जिन महानुभावो ने बाल आश्रम के लिए दान दिया

Late Sh. Manohar Lal

Raj Rani Kapoor

Late Smt. Sudesh Devi

R. D. Rishi

Sauham Chakra

Atul Mahajan

RNI NO. CHABIL/2012/47744 POSTAL REGN. NO. G/CHD/0154/2013-2015

मजबूती में बे-मिसाल

घर का निर्माण डीप्लास्ट के साथ

40 years in service

DIPLAST

DIPLAST
PLASTICS LIMITED
AN ISO 9001 COMPANY

C-36, Industrial Phase 2, S.A.S. Nagar, Mohali (Pb.) India
Phone : +91-172-2272942, 5098187, Fax : +91-172-2225224
E-mail : diplastplastic@yahoo.com, Web : www.diplast.com

QUALITY IS OUR STRENGTH

विज्ञापन / Advertisement

यह पत्रिका शिक्षित वर्ग के पास जाती है आप उपयुक्त वर–वधु की तलाश, प्रियजनों को श्रद्धा सुमन, अपने व्यापार को आगे ले जाने के लिये शुभ–अशुभ सूचना विज्ञापन द्वारा दे सकते है।

Half Page Rs. 250/- Full Page Rs. 500/- 75 words Rs. 100

Contact : Bhartendu Sood 231, Sector 45-A, Chandigarh
9217970381 and 0172-2662870